

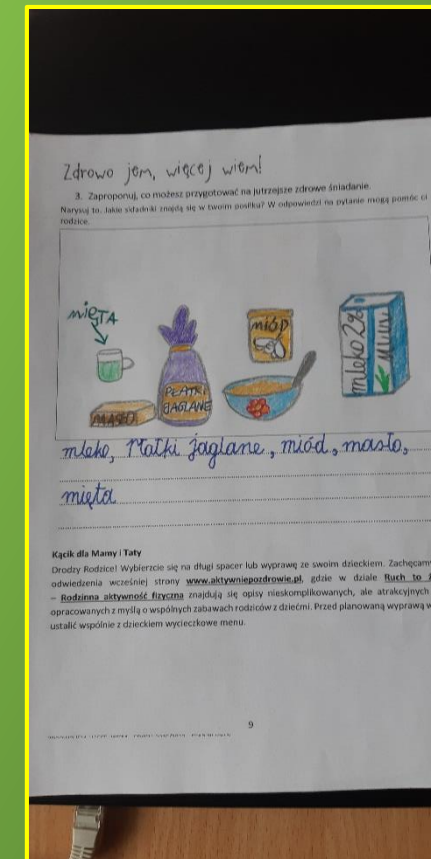
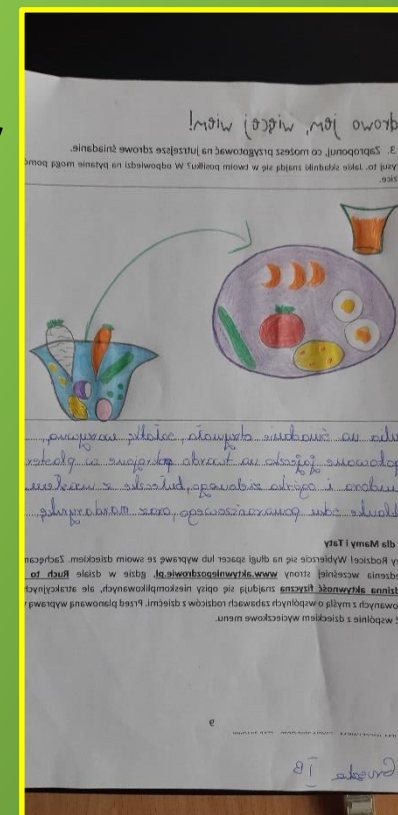
Promocja zdobytej wiedzy i podjętych działań

**Klasa 1B realizuje Ogólnopolski Projekt
„Zdrowo jem, więcej wiem”
Projekt prowadzi Fundacja BOŚ**

**Projekt realizują:
Dorota Peła-Matusiak i Dorota Będzia**

Zadanie 1 - Dobre i złe składniki w naszym pożywieniu

- Uczniowie klasy I b w styczniu realizowali kolejne zadanie konkursowe związane z przeprowadzonymi zajęciami na temat „Dobrych i złych składników w pożywieniu”.
- Wychowawca przeprowadził pogadankę na temat najważniejszych składników pożywienia.
- Uczniowie dopasowywali szablony produktów do składników pożywienia tj. białka, węglowodany, tłuszcze.
- Kolejnym etapem było zaznajomienie dzieci z innymi składnikami w naszym pożywieniu tj. składniki mineralne, witaminy, zły cukier, sztuczne substancje.
- Podsumowaniem zadania było opracowanie przez dzieci kart pracy.
- Na koniec uczniowie wraz pod okiem wychowawcy wskazywali jakie produkty warto wybierać i dlaczego.



Zadanie 2 - Turniej wiedzy: dobre i złe składniki pożywienia

- W ramach konkursu uczniowie uczestniczyli w turnieju wiedzy, który wyłonił ekspertów do spraw dobrych i złych składników pożywienia. Nasz turniej miał raczej nietypowy scenariusz.
- Dzieci wraz z rodzicami miały przygotować w domu „Zdrowe śniadanie”. Śniadanie powinno składać się oczywiście ze zdrowych produktów, ale ważny był również sposób i forma podania posiłku.
- Wykorzystując technologię komputerową i cyfrową, skomponowane „Zdrowe śniadania” miały być sfotografowane, a następnie przesłane drogą mailową bądź sms’em do wychowawcy.
- W naszym turnieju wszyscy uczestnicy byli ekspertami. Zdobyte na zajęciach wiadomości uczniowie wykorzystali wspaniale-co widać na zdjęciach.



Zadanie 3 - Pijmy wodę - na zdrowie!

Wiele zabawy było podczas eksperymentowania z wodą i różnymi dodatkami. Dzieci próbowały wody z kwaskiem cytrynowym, solą, cukrem. Zauważyły, że substancje te nie barwią wody, ale zmieniają zasadniczo jej smak. Tu nasunęły się wnioski, jak ważne jest pewne źródło, z którego bierzemy wodę. Poruszony został również problem ekologii. Z jakich naczyń korzystamy, gdzie je po spożyciu wyrzucamy. Aby być ECO wychowawca wraz z uczniami wytworzył papierowe słomki. Uczniowie zauważyli również, jak ważne jest oszczędzanie wody podczas mycia rąk i mycia zębów. Czyli nie pozwalamy wodzie lecieć z kranu niepotrzebnie. Eksperyment z zabarwianiem wody dla białego kwiatka nie wiemy jak się skończył, gdyż nie mogliśmy już wejść do szkoły.



Zadanie 4 - Zaprojektuj Wodolubka

Prace konkursowa w formie plakatu lub też jako postać przestrzenną uczniowie wykonywali na lekcjach, bądź w domach. Dzieci miały do dyspozycji różnorodne materiały: kredki, pastele, kolorowy papier, wycinanki, bibuła, klej, nożyczki, nożyczki ozdobne itp. Niektórzy dołączyli do swych prac wymyślone hasła, które zachęcały do picia wody i rezygnacji z innych niezdrowych napojów.

- Wodolubek Mikołaja bardziej przypomina warzywo, ale przez to jest apetyczny i sympatyczny.
- Wodolubek Dawida, z pięknym hasłem, ma charakter, jest bardzo przebojowy.
- Wodolubek Józia chyba najlepiej oddaje charakter naszej szkoły i jej uczniów. Jest wysportowany, zdrowy i wodolubny. Może nawet stać się symbolem SP 46.
- Mamy jeszcze Wodolubkę, czyli żeńska forma naszego Wodolubka – od razu widać, że to dziewczynka -



Mikołaj Kaczalski



Alice Ekuma



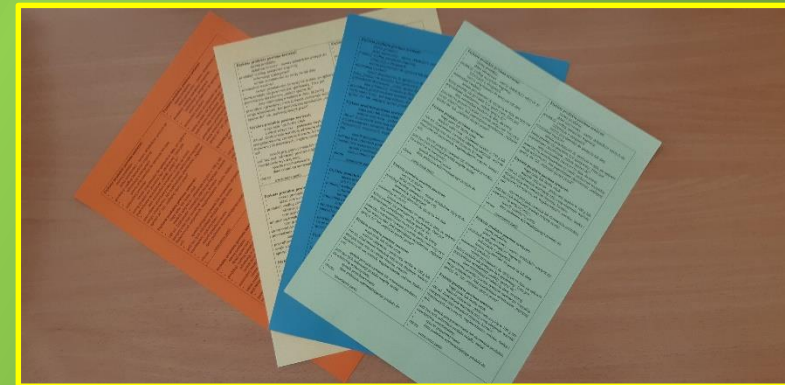
Dawid Karski



Józio Barański

Zadanie 5 - Rodzice czytają etykiety

- Na zebraniu z rodzicami wychowawca przedstawił prace uczniów-karty pracy oraz plakat z produktami spożywczymi. Nauczyciel rozdał rodzicom ulotki omawiające jak korzystać i jak czytać etykiety produktów. Ulotki wydrukowane zostały na kolorowych karteczkach-był to pomysł dzieci.
- Ulotka została również umieszczona na stronie internetowej naszej szkoły.
- Rodzicom pokazana została również prezentacja multimedialna pt. „Mądre zakupy”. Wśród 20 slajdów każdy z rodziców znalazł dla siebie coś interesującego. Prezentacja stała się przyczynkiem do dyskusji i wymiany zdań oraz doświadczeń między rodzicami. Było miło patrzeć jaką burzę mózgów wywołała prelekcja dla rodziców uczniów klasy 1b. Na zakończenie wychowawca poprosił zebranych do dalszego wspierania swoich milusińskich w realizacji zdrowego stylu życia.



Zdrowo jem, więcej wiem!

FORUM ZDROWIA DLA RODZICÓW

RODZICE CZYTAJĄ ETYKIETY

BANK SCENARIUSZY
www.zdrowojem.fundacijabos.pl

Zdrowo jem, więcej wiem!

Mądre zakupy

Kryteria wyboru żywności

Zadanie 6 – Promocja zdobytej wiedzy i podjętych działań

- W ramach promocji postanowiliśmy zamieścić prezentację z naszych działań w Etapie –Zima na stronie internetowej naszej szkoły.
- Przesłaliśmy ją również do wszystkich nauczycieli i uczniów naszej społeczności szkolnej przez Office 365.

Poniższe strony to Quiz o naszej wiedzy. Pierwszy link przeznaczamy dla uczniów klas 1-4, drugi link przeznaczamy dla uczniów klas 5-8.

Miłej zabawy!

- <https://samequizy.pl/woda-prawda-czy-falsz/>
- <https://samequizy.pl/czy-znasz-ciekawostki-o-wodzie-sprawdz/>